

Couscous-Salat

Taboulé



Zutaten für vier Personen:

500 g Couscous (vorgegart)

1 Gurke

500 g Tomaten

2 Frühlingszwiebeln

150 ml Salzwasser, alternativ
Gemüsebrühe

2 EL Zitronensaft

1 EL Olivenöl

2-3 EL frisch gehackte Minze

2-3 EL frisch gehackte glatte
Petersilie

1. Wasser, Zitronensaft und
Öl vermengen. Couscous
damit quellen lassen, etwa
10-15 Minuten.

2. Tomaten häuten, sehr
klein würfeln. Gurke
schälen, entkernen, sehr
klein würfeln. Frühlings-
zwiebeln putzen, klein
schneiden, ebenso die
Kräuter. Von den Kräutern
nur jeweils 2-3 EL nehmen.

3. Zutaten untermischen,
mit Salz und Pfeffer
abschmecken. Mindestens
3 Stunden im Kühlschrank
ziehen lassen.

Hinweise:

Algerische Vorspeise, passt
aber auch zu italienischen
Vorspeisen.

Kann man am Vormittag
oder am Vorabend schon
zubereiten. Schmeckt dann
fast noch besser.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 20
min, Gesamtzeit ca. 200 min,
Partygerichte, kaltes Buffet,
Vorspeisen, Salate, vegeta-
risch, französisch

Rezept: Kerstin, Foto: Walter
Stand 12.06.2024